Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «18» февраля 2021 года

Ежедневное меню

средняя общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Тефтели мясные | 100 гр. | 218,27 |
|  | Гречневая каша | 180 гр.  | 193,48 |
|  | Компот из св.фруктов | 200 гр.  | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный  | 100 гр.  | 218,00 |
|  | Печенье сахарное  | 15 гр.  | 42,55 |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Огурец соленый  | 50 гр. | 8,50 |
|  | Суп гороховый с картофелем | 300 гр. | 157,20 |
|  | Птица отварная  | 120 гр. | 181,38 |
|  | Рис отварной | 180 гр. | 145,95 |
|  | Чай с лимоном  | 200 гр. | 56,85 |
|  | Хлеб пшеничный | 150 гр. | 327,00 |

 Утверждаю

 Директор

МКОУ «Туруханская СШ № 1»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.В. Рыбянец

 «18» февраля 2021 года

Ежедневное меню

начальная общеобразовательная школа

|  |
| --- |
| Завтрак |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Тефтели мясные | 80 гр. | 176,62 |
|  | Гречневая каша | 150 гр.  | 161,23 |
|  | Компот из св.фруктов | 200 гр.  | 116,00 |
|  | Хлеб пшеничный  | 100 гр.  | 218,00 |
| 5. | Печенье сахарное  | 15 гр.  | 42,55 |
|  |  |  |  |
| Обед |
|  | Наименование блюд | Масса  | Калории |
|  | Огурец соленый  | 50 гр. | 8,50 |
|  | Суп гороховый с картофелем | 250 гр. | 136,00 |
|  | Птица отварная  | 120 гр. | 181,38 |
|  | Рис отварной | 150 гр. | 141,63 |
|  | Чай с лимоном  | 200 гр. | 56,85 |
|  | Хлеб пшеничный | 100 гр. | 218,00 |
|  |  |  |  |
|  |